

August 2026



= Die Kosten für die Teilnahme an diesem Betreuungsangebot können Sie selbst bei der Pflegekasse einreichen, sofern Sie einen Pflegegrad besitzen.

Achtung!

Schwimmbadsperrung vom 20. Juli – 24. August

Montag, 03.08.

09:30 – 11:30 Uhr	Freies Training an den Geräten begleitet durch Alexander Geißler	Fitnessraum
----------------------	---	-------------

09:30 - 10:30 Uhr	Sprechstunde der Volksbank Münsterland Nord eG	Clubraum
----------------------	---	----------

15:30 Uhr	Vorlesekreis mit Yvonne Waldow	Malatelier
-----------	---------------------------------------	------------



Benötigen Sie Hilfe beim Ausfüllen der Menüpläne oder möchten Sie Unterstützung beim Lesen von Rundschreiben, dem Veranstaltungskalender oder tagesaktuellen Informationen? Wir unterstützen Sie gerne!
Bitte melden Sie sich an der Rezeption an. Kosten: 6 € pro Person.

17:00 Uhr	Offener Treff	Foyer, 5. Etage
------------------	----------------------	-----------------



Ob für ein kleines Pläuschchen, neue Bekanntschaften oder einfach eine entspannte Auszeit – dieser Treff ist für alle da! Es handelt sich um ein offenes Angebot, bei dem jeder herzlich willkommen ist.

Für Getränke ist selbstverständlich gesorgt.

Kommen Sie vorbei, lassen Sie den Tag in angenehmer Atmosphäre ausklingen und genießen Sie nette Gespräche.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Dienstag, 04.08.

08:30 – 09:30 Uhr	Nordic Walking und flottes Gehen mit Alexander Geißler	Gymnastikraum
09:30 Uhr	Sitzgymnastik I mit Frau Ferling Entfällt!	Gymnastikraum
10:00 - 11:00 Uhr	Farben des Jahres: Kreativangebot mit Stephanie Wilms - auch mit Arthrose gut machbar	Bewohnerküche
	Jahreszeitliche Bastelarbeiten entstehen mit unterschiedlichen Materialien und Ideen aus der Natur. Die Projekte sind so ausgewählt, dass sie auch für Menschen mit Arthrose gut geeignet sind und ein entspanntes, gelenkschonendes Gestalten ermöglichen. € 6,00 pro Person inkl. Getränk und Keksen. Dieses Angebot findet alle 2 Wochen statt. Das Material wird kostenfrei gestellt. Bitte melden Sie sich an der Rezeption an.	
10:00 - 11:30 Uhr	Kappernagel Orthopädie- und Rehatechnik GmbH & Co.	Raum 7.203
	Bitte melden Sie sich an der Rezeption an.	
10:00 - 12:00 Uhr	Reinigung: Annahme von Wäsche, Kleidung und Schuhen	Raum 4.006
10:30 Uhr	Sitzgymnastik II mit Frau Ferling Entfällt!	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Beratung und Gesundheits-Prävention und Rehabilitation	Malatelier
11:00 - 11:45 Uhr	 Bibliotheksinfo mit Frau Hünteler und Frau Galle- Schneebecke	Bibliothek
15:00 Uhr	Literatur für Liebhaber - Jeremias Gotthelf	Veranstaltungssaal
	Zusammen mit Gottfried Keller gehört Jeremias Gotthelf zu den bedeutendsten Schweizer Dichtern des 19. Jahrhunderts. Seine unheimliche Erzählung „Die Schwarze Spinne“ zählt zur Weltliteratur, ebenso wie seine Romane, die von großem Einfühlungsvermögen und vehementer Kritik an den rücksichtslosen politischen Verhältnissen geprägt sind. Markus und Marion von Hagen stellen einen mutigen Sozialreformer und Schriftsteller vor, der sich im Werk wie im Leben unermüdlich für die Benachteiligten der Gesellschaft eingesetzt hat.	

Mittwoch, 05.08.

08:00 - 09:00 Uhr	Aquafitness mit Frau Kruse Entfällt!	Bewegungsbad
09:15 Uhr	Alltagstraining für Herren mit Frau Kruse Entfällt!	Gymnastikraum
10:15 Uhr	Englisch für Wiedereinsteiger mit Monika Pfützenreuter	Bibliothek
10:30 Uhr	Redaktionsrunde der Rundschau mit Ines Erfurth	Clubraum
10:30 Uhr	Taiji-Qigong für Frauen mit Frau Trau	Gymnastikraum
14:00 - 14:45 Uhr	Rumpfttraining & Körperstabilität mit Frau Kruse Entfällt!	Gymnastikraum
16:00 Uhr	"Tanzen im Tibus" Entfällt!	Gymnastikraum
18:00 Uhr	"Langer Mittwoch"	Zeitlos

Donnerstag, 06.08.

08:30 – 09:15 Uhr	Alles Durchbewegen – Gruppengymnastik mit Alexander Geißler	Gymnastikraum
09:30 - 10:30 Uhr	„Wir tun uns etwas Gutes“ – Gymnastikangebot mit Frau Philipzen Entfällt!	Gymnastikraum
09:30 - 10:30 Uhr	Gedächtnistraining/Gehirnjogging Gruppe 1 Rot mit Frau Förster Entfällt!	Bibliothek
10:00 - 12:00 Uhr	Reinigung: Annahme von Wäsche, Kleidung und Schuhen.	Raum 4.006
10:00 - 12:00 Uhr	Annahme von Näh- und Schneiderarbeiten durch Frau Grenz	Raum 5.312
10:45 - 11:30 Uhr	Sitzgymnastik "Platin" mit Sabine Heumann Entfällt!	Gymnastikraum
11:00 - 12:00 Uhr	Gedächtnistraining/Gehirnjogging Gruppe 2 Rot mit Frau Förster Entfällt!	Bibliothek
16:00 Uhr	Christlicher Wortgottesdienst mit Kai Schuldt	Veranstaltungssaal

Freitag, 07.08.

09:30 – 11:30 Uhr	Freies Training an den Geräten begleitet durch Alexander Geißler	Fitnessraum
10:30 Uhr	Bewegung mit Köpfchen mit Frau Philipzen Entfällt!	Gymnastikraum
11:00 Uhr	Gedächtnistraining mit Kai Schuldt Entfällt!	Clubraum
15:00 - 16:00 Uhr	Selbstverteidigung für Seniorinnen mit Margit Weber	Gymnastikraum
16:00 Uhr	"So war's" mit Helga Westphal	Bibliothek
	Die Doku-Reihe „Welten-Saga Teil II“ stellt in sechs weiteren Folgen faszinierende Schätze der Erde vor. Historiker Sir Christopher Clark reist weiter auf den Spuren des Welterbes rund um den Globus Heute sehen Sie „Die Schätze des Nahen Ostens“ aus dem Jahr 2023.	
18:00 Uhr	"Langer Freitag"	Zeitlos
19:00 Uhr	Singkreis mit Monika Pfützenreuter	Foyer, 5. Etage

Samstag, 08.08.

Von Samstag 15:00 Uhr bis Montag 07.00 Uhr steht die Tischtennisplatte für Sie im Gymnastikraum bereit. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Achtung: Ab sofort erhalten Sie Tischtennisschläger und Bälle gegen Unterschrift an der Rezeption. Bitte geben Sie diese nach Spielende wieder an der Rezeption ab. Vielen Dank.

15:00 Uhr	Offene Spielgruppe - ohne Anmeldung	Clubraum
-----------	--	----------

Sonntag, 09.08.

16:00 Uhr

Das offene Vocalensemble

Verasnaltungssaal

Das offene Vokalensemble entstand während des ersten Lockdowns 2020. Mutter, Sohn und Tochter nutzten die Zeit kreativ und erarbeiteten ihr erstes Repertoire im heimischen Wohnzimmer. Nach ersten Auftritten bei Treppenhaus- und Hauskonzerten folgte 2022 das öffentliche Debüt im Rathaus Schöppingen.

Seither gibt das Trio regelmäßig Konzerte im Münsterland sowie darüber hinaus, unter anderem in den Niederlanden und beim Voice Mania Festival in Wien. Gemeinsam mit Schlagzeuger Ben Bönniger entstehen seit einigen Jahren besondere musikalische Programme.

„Das Familien-Trio, bestehend aus **Vivian Redl, Loui und Ananda Harley-Redl**, besticht durch musikalische Vielfalt und kulturelle Farbenpracht. Freudig und zauberhaft zart singen sie mit einer Authentizität und Verbundenheit, die ihresgleichen sucht. Mit ihrem Talent haben sie bereits viele Herzen in Münster erobert und wurden dafür mit dem ‚Münster Vocal Award 2024‘ ausgezeichnet.“ (Frank Oldengott, Münster Vocal Festival).

Montag, 10.08.

09:30 -

Freies Training an den Geräten begleitet durch

Fitnessraum

11:30 Uhr

Alexander Geißler

15:30 Uhr

Vorlesekreis mit Yvonne Waldow

Malatelier



Benötigen Sie Hilfe beim Ausfüllen der Menüpläne oder möchten Sie Unterstützung beim Lesen von Rundschreiben, dem Veranstaltungskalender oder tagesaktuellen Informationen?

Wir unterstützen Sie gerne!

Bitte melden Sie sich an der Rezeption an. Kosten: 6 € pro Person.

Dienstag, 11.08.

08:30 - 09:30 Uhr	Nordic Walking und Flottes Gehen mit Alexander Geißler	Gymnastikraum
09:30 Uhr	Sitzgymnastik I mit Frau Ferling Entfällt!	Gymnastikraum
10:00 - 11:00 Uhr	„Fit im Kopf – fit zu Fuß“ mit Stephanie Wilms	Bewohnerküche
	Ein gemütlicher Spaziergang mit Übungen für Gedächtnis, Aufmerksamkeit und Bewegung. Mit kleinen Bewegungs-, Denk- und Sinnesübungen fördern wir gemeinsam Mobilität, Konzentration, Freude und Begegnung an der frischen Luft. € 6,00 pro Person. Maximal 4 Gäste mit Rollatoren, Rollstuhlfahrer benötigen eine eigene Begleitperson. Alle 14 Tage. Bitte melden Sie sich an der Rezeption an. Bei Regen kann die Veranstaltung kurzfristig entfallen.	
10:00 - 12:00 Uhr	Reinigung: Annahme von Wäsche, Kleidung und Schuhen.	Raum 4.006
10:00 - 11:30 Uhr	Kappernagel Orthopädie- und Rehathechnik GmbH & Co.	Raum 7.203
	Bitte melden Sie sich an der Rezeption an.	
10:30 Uhr	Sitzgymnastik II mit Frau Ferling Entfällt!	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Beratung und Gesundheits-Prävention und Rehabilitation	Malatelier
15:00 Uhr	Film ab! "Auf Umwegen zum Glück"	Bibliothek
	Wir alle haben vermutlich schon (evtl. un-)wissentlich mit einem Callcenter kommuniziert. Doch wer oder was ist das? Unterhaltsam-vergnügli- che "Aufklärung" leistet hier - mit einem gewissen Tiefgang - im amerikanischen Jubeljahr eine 90minütige US-Filmkomödie von 2016, eingeführt von "Filmfrau" Monika Pfützenreuter.	
17:00 Uhr	Die Bewohnervertretung lädt Sie herzlich zum Stammtisch ein.	Gesellschaftsraum
		

Mittwoch, 12.08.

08:00 - 09:00 Uhr	Aquafitness mit Frau Kruse Entfällt!	Bewegungsbad
09:15 Uhr	Alltagstraining für Herren mit Frau Kruse Entfällt!	Gymnastikraum
10:15 Uhr	Englisch für Wiedereinsteiger mit Monika Pfützenreuter	Bibliothek
10:30 Uhr	Redaktionsrunde der Rundschau mit Ines Erfurth	Clubraum
10:30 Uhr	Taiji-Qigong für Frauen mit Frau Trau	Gymnastikraum
14:00 - 14:45 Uhr	Rumpftraining & Körperstabilität mit Frau Kruse Entfällt!	Gymnastikraum
15:00 Uhr	Rehasport mit Frau Kruse Entfällt!	Gymnastikraum
16:00 Uhr	„Tanzen im Tibus“ Entfällt!	Gymnastikraum
18:00 Uhr	„Langer Mittwoch“	Zeitlos

Donnerstag, 13.08.

08:30 - 09:15 Uhr	Alles Durchbewegen - Gruppengymnastik mit Alexander Geißler	Gymnastikraum
09:30 - 10:30 Uhr	„Wir tun uns etwas Gutes“ – Gymnastikangebot mit Frau Philipzen Entfällt!	Gymnastikraum
09:30 - 10:30 Uhr	Gedächtnistraining/Gehirnjogging Gruppe 1 Grün mit Frau Förster Entfällt!	Bibliothek
10:00 - 12:00 Uhr	Reinigung: Annahme von Wäsche, Kleidung und Schuhen.	Raum 4.006
10:00 - 12:00 Uhr	Annahme von Näh- und Schneiderarbeiten durch Frau Grenz	Raum 5.312
10:45 - 11:30 Uhr	Sitzgymnastik "Platin" mit Sabine Heumann	Gymnastikraum
	Bitte melden Sie sich an der Rezeption an. Kosten € 4,50 pro Person inkl. Fitness-Getränk.	
11:00 - 12:00 Uhr	Gedächtnistraining/Gehirnjogging Gruppe 2 Grün mit Frau Förster Entfällt!	Bibliothek
15:30 Uhr	Geschichtskreis zum Mitmachen 2 mit Monika Pfützenreuter	Bibliothek
16:00 Uhr	Christlicher Wortgottesdienst mit Kai Schuldt	Veranstaltungssaal

Freitag, 14.08.

09:30 - 11:30 Uhr	Freies Training an den Geräten begleitet durch Alexander Geißler	Fitnessraum
09:45 - 10:45 Uhr	NEU: „Rund um den Block“ mit Yvonne Waldow	Bewohnerküche
	€ 6,00 pro Person. Maximal 4 Gäste mit Rollatoren, Rollstuhlfahrer benötigen eine eigene Begleitperson. Alle 14 Tage. Bitte melden Sie sich an der Rezeption an. Bei Regen kann die Veranstaltung kurzfristig entfallen.	
10:15 Uhr	Geschichtskreis zum Mitmachen 1 mit Monika Pfützenreuter	Bibliothek
10:30 Uhr	Bewegung mit Köpfchen mit Frau Philipzen Entfällt!	Gymnastikraum
11:00 Uhr	 Gedächtnistraining mit Kai Schuldt	Clubraum
15:00 – 16:00 Uhr	Selbstverteidigung für Seniorinnen mit Margit Weber	Gymnastikraum
17:00 Uhr	Longevity - Gesund ein hohes Alter erreichen 3. Vortrag : Melatonin – Mehr als nur ein Schlafhormon Referent: Dr. med. Jan Dirk Fauteck Melatonin ist vor allem als „Schlafhormon“ bekannt – doch seine Bedeutung reicht weit darüber hinaus. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Aufgaben Melatonin im Körper übernimmt, welchen Einfluss es auf Schlaf, Gesundheit und Wohlbefinden hat und wann eine zusätzliche Einnahme sinnvoll sein kann. Themen des Vortrags: • Was ist Melatonin und wie wird es gebildet? • Die Bedeutung für einen gesunden Schlaf-Wach-Rhythmus • Einfluss von Licht, Alter und Lebensstil auf die Melatonin Produktion • Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Empfehlungen Im Anschluss besteht Gelegenheit, Fragen zu stellen und mit Herrn Dr. med. Fauteck ins Gespräch zu kommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Bitte melden Sie sich bis 10.00 Uhr an der Rezeption an.	Veranstaltungssaal
18:00 Uhr	„Langer Freitag“	Zeitlos
19:00 Uhr	Singkreis Entfällt!	Foyer, 5. Etage

Samstag, 15.08.

Von **Samstag 15:00 Uhr** bis **Montag 07.00 Uhr** steht die **Tischtennisplatte** für Sie im **Gymnastikraum** bereit. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

15:00 Uhr	Offene Spielgruppe - ohne Anmeldung	Clubraum
-----------	--	----------

Sonntag, 16.08.

17:00 Uhr	Günter Kassebeer präsentiert Meisterwerke der Klassik	Bibliothek
-----------	--	------------



Frédéric Chopin

Konzert für Klavier und Orchester Nr. 1 e-Moll op.11

Felix Mendelssohn Bartholdy

*Ein Sommernachtstraum, Bühnenmusik op. 61, Auszüge
(nach William Shakespeare)*

(Gesamtspieldauer ca. 85 Minuten)

Vorschau

Montag, 17.08.	Offener Treff mit Monika Köster-Preckel
Dienstag, 18.08.	Vortrag von Dr. Olaf Niepagenkemper
Donnerstag, 20.08	Perlenstunde mit Gisela Wittenberg Kegeln im Café Extrablatt Begegnung am Küchentisch mit M. Köster-Preckel
Freitag, 21.08.	Bilderwelten mit Markus von Hagen
Montag, 24.08.	Philosophiekreis mit Hannes Hennemann
Dienstag, 25.08.	Vortrag von Monika Pfützenreuter
Mittwoch, 26.08.	Ausflug zum Schloss Westerwinkel und zur Burg Vischering
Donnerstag, 27.08.	Filmliebliche mit Helga Westphal
Freitag, 28.08.	Vortrag von Marion C. Krabbe
Sonntag, 30.08.	Tibus Konzert - ausgewählte Klassik am Flügel
